SELF – ESTEEM DAN KECENDERUNGAN *BODY DYSMORPHIC DISORDER* PADA MAHASISWI

(Self - Esteem and Trends of Body Dysmorphic Disorders in Students)

Dicky Wira Raharja[1], Muhammad Salis Yuniardi[2]

[1,2]Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
Email: draharja31@gmail.com[1], salis_ardi@yahoo.com[2]

ABSTRAK

Terlalu terobsesi untuk memiliki bentuk tubuh ataupun penampilan fisik yang sempurna merupakan salah satu indikasi bahwa wanita tersebut memiliki karakteristik dari kecenderungan body dysmorphic disorder. Salah satu faktor psikologis yang dianggap memiliki peran penting terhadap berkembangnya kecenderungan body dysmorphic disorder adalah self-esteem. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional dan teknik sampling yang digunakan adalah accidental sampling dengan subjek 350 mahasiswi Universitas Muhammadiyah Malang. Hasil uji korelasi antara variabel self-esteem terhadap body dismorphic disorder dengan menggunakan analisa product moment menunjukkan angka probabilitas (sig 2-tailed) 0,00 < 0,05 yang membuktikan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan, dengan korelasi -0,438. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi self-esteem maka akan semakin rendah kecenderungan body dysmorphic disorder dan sebaliknya semakin rendah self-esteem maka akan semakin tinggi kecenderungan body dysmorphic disorder.

Kata Kunci: self-esteem, kecenderungan body dysmorphic disorder, mahasiswi

ABSTRACT

Extreme obsession for having such a perfect body shape or physical appearance indicating that the woman has the characteristic of body dysmorphic disorder tendency. The psychological factor mostly influence the development of body dysmorphic disorder tendency is self-esteem. The aim of this research is to know the correlation of self-esteem and body dysmorphic disorder tendency. This research used correlation quantitative research and the sampling technique used was accidental sampling of 350 collage girls of Malang Muhammadiyah University. The correlation test result of self-esteem variable over body dysmorphic disorder tendency using product moment analysis shows the probability (sig 2-tailed) 0.00 < 0.05 which means that both variables have significant correlation, with the value of correlation -0.438. That means higher self-esteem causing lower body dysmorphic disorder tendency and vice versa lower self-esteem causing higher body dysmorphic disorder tendency.

Keywords*: *self-esteem, body dysmorphic disorder tendency, collage girl

PENDAHULUAN

Tuhan telah menganugerahkan manusia dengan kelebihan dan kekurangannya masing-masing baik dalam bentuk fisik, sifat, maupun potensi yang dimilikinya. Salah satu yang paling diperhatikan oleh manusia adalah penampilan fisik atau bentuk tubuh. Bentuk tubuh merupakan gambaran diri pertama seseorang dan merupakan hal yang paling mudah untuk dilihat, sehingga hal ini dapat mendorong seseorang untuk memiliki penampilan tubuh yang sempurna (Breakey, 1996). Dari masa ke masa wanita tak bisa dipisahkan dengan konsep menjadi cantik. Penampilan merupakan hal yang utama bagi seorang wanita (Sunartio, Sukamto, & Dianovinina, 2012). Oleh karena itu banyak wanita

yang membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh yang dimiliki oleh wanita lain, hal tersebut mengakibatkan munculnya pandangan negatif wanita terhadap dirinya sendiri dikarenakan rasa ketidak puasannya terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Sehingga hal ini membuat wanita akan berusaha dengan cara apapun demi memiliki bentuk fisik atau tubuh yang diinginkannya.

Keinginan untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal berkaitan erat dengan istilah *body image. Body Image* merupakan evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat badan atau aspek-aspek lain dari tubuh yang berhubungan dengan penampilan fisik (Altabe & Thompson, 1993). Distorsi yang terjadi pada *body image* dan ketidakpuasan terhadap tubuh yang berlebihan dapat berkembang hingga menjadi suatu gangguan yang disebut *body dysmorphic disorder*. *Body dysmorphic disorder* merupakan obsesi seseorang terhadap kekurangan pada penampilannya (Veale dalam (Davison, Neale, & Kring, 2010). Sebanyak 1 sampai 1,5 % dari populasi dunia memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*, dan kecenderungan untuk mengalami *body dysmorphic disorder* akan lebih tinggi pada suatu daerah yang memiliki budaya yang sangat mementingkan penampilan (Veale & Neziroglu dalam (Rahmania & Yuniar, 2012). DSM-IV menyebutkan lima gangguan *somatoform* dasar, yaitu *hypochondriasis somatization disorder* (gangguan somatisasi), *conversion disorder, pain disorder* dan *body dysmorphic disorder. Body dysmorphic disorder* adalah suatu preokupasi dengan suatu cacat tubuh yang dikhayalkan (sebagai contohnya, jari tangan yang tidak lengkap) atau respon berlebihan dari cacat yang minimal atau kecil (APA, 2000).

Tidak semua orang yang memperhatikan atau mengkhawatirkan penampilan, dapat langsung dikategorikan sebagai penderita *body dysmorphic disorder.* Ada beberapa karakteristik yang muncul ketika seseorang mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder,* seperti (1). Rendahnya *self-esteem* dan konsep diri negatif, (2). Menghabiskan 1 sampai 3 jam setiap hari untuk memperbaiki penampilannya, (3). Menghindari situasi sosial dan penurunan fungsi sosial, (4). Disertai dengan adanya simtom depresi (Morselli dalam (Oktaviana, 2013). *Body dysmorphic disorder* dapat diartikan sebagai suatu kecenderungan untuk memiliki obsesi terhadap kekurangan fisik yang terimajinasi pada penampilan atau perhatian yang sangat berlebihan terhadap kekurangan yang dimilikinya yang sebenarnya tidak begitu berarti (Watkins dalam (Nourmalita, 2016). Orang-orang yang memiliki *body dysmorphic disorder* merupakan seseorang yang selalu merasa memiliki kekurangan terhadap tubuhnya, dan menekankan diri hanya terhadap kekurangan fisik yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki *body dysmorphic disorder* akan cenderung untuk mengeluh pada penampilan fisiknya, sehingga sering sekali hal ini akan mengakibatkan tekanan terhadap psikologis yang dapat mengganggu kehidupan mereka, hingga tak jarang apabila sudah berada pada tahapan titik depresi berat, mereka memungkinkan untuk mengalami gangguan lainnya seperti menjauh atau menghindari lingkungan sosialnya.

Seseorang yang memiliki *body dysmorphic disorder* akan selalu berusaha untuk memiliki penampilan yang sempurna, bahkan mereka rela mengeluarkan biaya yang tidak sedikit demi merubah penampilannya, seperti melakukan sebuah operasi plastik, rutin melakukan perawatan-perawatan tubuh ke dokter kecantikan. Tidak hanya itu saja, ada juga beberapa cara lain yang ditempuhnya untuk mendapatkan penampilan yang sempurna, ada juga yang melakukan program diet, mengikuti *fashion* yang saat ini sedang menjadi *trend,* menggunakan *make-up* dan juga mengkonsumsi atau menggunakan produk-produk kecantikan yang dipercayainya dapat meningkatkan kecantikan dirinya.

Body dysmorphic disorder dapat timbul oleh beberapa faktor kunci yaitu faktor biologis, psikologis dan sosial, salah satu faktor psikologis yang dianggap memiliki peran penting terhadap berkembangnya kecenderungan *body dysmorphic disorder* adalah *self-esteem* (Philips, Pinto, & Jain, 2004). *Self-esteem* merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana dirinya menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya (Rosenbrug dalam (Mruk, 2006). Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang positif akan memiliki kecenderungan untuk mengembangkan evaluasi atau penilaian positif

terhadap dirinya sendiri, akan tetapi sebaliknya jika seseorang memiliki *self-esteem* yang negatif maka akan memiliki kecenderungan untuk mengembangkan evaluasi atau penilaian negatif terhadap dirinya.

Self-esteem memiliki dua makna yaitu kecintaan kepada dirinya sendiri atau *(self love)* dan percaya diri *(self confidence)* (Burns dalam (Sari, 2006). Kedua makna tersebut terpisah akan tetapi saling memiliki keterkaitan. Misalnya seseorang bisa menyukai dirinya akan tetapi memiliki kurangnya rasa kepercayaan diri dan sebaliknya seseorang bisa memiliki rasa kepercayaan diri akan tetapi tidak merasa bahwa dirinya merupakan hal yang berharga.

Menurut Michener dan DeLamater (dalam Sari, 2006), individu yang memiliki *self-esteem* tinggi akan mampu untuk bersikap asertif, terbuka dan memiliki kepercayaan diri terhadap dirinya. Maka dari itu *self-esteem* memiliki peran yang penting bagi individu. Individu yang memiliki *self-esteem* tinggi dapat diartikan sebagai individu yang memandang dirinya secara positif, sehingga menyadari akan kelebihan-kelebihan yang dimilikinya.

Berdasarkan penelitian dengan judul "Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Remaja Putri" didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri. Dimana kedua variabel memiliki hubungan negatif yang menggambarkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* maka semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan juga sebaliknya semakin rendah *self-esteem* maka akan semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Rahmania & Yuniar, 2012).

Penelitian tersebut selaras dengan penelitian yang berjudul *"Evaluation of Relationship Between Body Dysmorphic Disorder and Self-Esteem in Rhinoplasty Candidates"* dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa apa bila semakin rendah *self-esteem* yang dimiliki maka akan semakin tinggi kemungkinan untuk menderita *body dysmorphic disorder* dan begitu juga sebaliknya apabila semakin semakin tinggi *self –esteem* yang dimiliki maka akan semakin rendah kemungkinan untuk menderita *body dysmorphic disorder* (Bahadir et al., 2015).

Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut maka dapat dikatakan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* memiliki kaitan erat dengan *self-esteem* akan tetapi peneliti ingin melakukan hal yang berbeda dengan penelitian-penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya disini peneliti tertarik untuk menggunakan subjek seorang mahasiswi dimana mahasiswi merupakan wanita yang berada pada masa beranjak dewasa *(emerging adulthood)* yang terjadi dari usia 18 - 25 tahun (Arnet dalam (Santrock, 2012). Masa ini ditandai oleh eksperimen dan eksplorasi. Pada titik ini dalam perkembangan mereka, banyak individu yang melakukan eksplorasi terhadap jalur karier yang ingin mereka ambil, ingin menjadi individu yang seperti apa, dan gaya hidup yang seperti apa yang mereka inginkan. Pada masa ini individu akan lebih memikirkan lebih serius tentang masa depan mereka mengenai hubungan dengan lawan jenis seperti melakukan sebuah pernikahan (Santrock, 2012). Oleh karena itu seorang mahasiswi memiliki kecenderungan untuk lebih memikirkan mengenai penampilannya, dan berusaha untuk memiliki penampilan yang menarik agar dapat memikat perhatian lawan jenisnya. Peneliti tidak memberikan karakteristik khusus terhadap subjek yang digunakan karena peneliti ingin menggunakan subjek seorang mahasiswi secara umum yang belum terindikasi mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder.*

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah *self-esteem* memiliki hubungan dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder.* Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswi. Disini peneliti juga menambahkan istilah kecenderungan pada *body dysmorphic disorder* karena peneliti tidak melakukan pengujian *body dysmorphic disorder* dengan proses penegakan diagnosis klinikal sesuai dengan simtom gangguan, peneliti juga tidak memiliki wewenang dalam menentukan apakah seseorang tersebut mengalami suatu gangguan (Rahmania & Yuniar, 2012 ; Oktaviana, 2013). Manfaat dari penelitian ini adalah untuk menambah pengetahuan khususnya dalam bidang ilmu psikologi mengenai kajian *self-esteem* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan subjek seorang mahasiwi, diharapkan juga untuk dapat membantu penelitian-penelitian yang akan datang yang memiliki kajian yang sama, dan juga penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat juga bagi seorang mahasiswi untuk lebih mengetahui mengenai hubungan *self-esteem* dan kecenderungan *body dysmorphic disorder.*

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional pada umumnya merupakan suatu penelitian yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar variabel (Azwar, 2011). Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeteksi sejauh mana variabel satu berkaitan dengan variabel lainnya berdasarkan pada koefisien korelasi.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah accidental sampling. Accidental sampling adalah teknik untuk menentukan sampel tanpa disengaja (accidental), dimana peneliti mengambil sampel dari subjek yang ditemuinya pada saat itu dan sampel yang diambil juga sesuai dengan karakteristik subjek yang telah ditentukan (Sugiyono, 2012). Teknik pengambilan sampel ini dirasa sesuai dengan karakteristik subjek dalam penelitian yang bersifat umum. Adapun subjek yang digunakan dalam penelitian ini merupakan 350 mahasiswi aktif yang berkuliah di Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diuji, yaitu variabel bebas (X) berupa self-esteem dan variabel terikat (Y) berupa kecenderungan body dysmorphic disorder. Self-esteem adalah evaluasi diri yang dilakukan oleh seseorang secara keseluruhan terhadap dirinya sendiri, apakah dia menilai dirinya secara positif atau sebaliknya, dia menilai dirinya secara negatif (Rosenbrug dalam (Mruk, 2006). Self-esteem akan diukur menggunakan skala berjumlah 12 item yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek yang diungkapkan oleh Michinton. Minchinton (dalam Adilia, 2010) menjabarkan tiga aspek dari self-esteem yaitu perasaan mengenai diri sendiri, perasaan terhadap hidup, serta hubungan dengan orang lain.

Kecenderungan body dysmorphic disorder dapat diartikan sebagai suatu kecenderungan untuk memiliki obsesi terhadap kekurangan fisik yang ada pada dirinya dan sebenarnya bukanlah suatu hal yang penting (Watkins dalam (Nourmalita, 2016). Kecenderungan body dysmorphic disorder akan diukur menggunakan skala kecenderungan body dysmorphic disorder dengan jumlah 16 item yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek yang diungkapkan oleh Rosen. Rosen (dalam (Nevid, 2005) menyatakan bahwa kecenderungan body dysmorphic disorder dapat diklasifikasikan kedalam 4 aspek sebagai berikut: (1). Aspek pikiran (kognitif) yang terdiri dari kecemasan terhadap tubuh dan pikiran negatif tentang tubuh, (2). Aspek perasaan (afeksi) yang terdiri dari ketidakpuasan terhadap bagian tubuh dan perasaan negatif tentang tubuh, (3). Aspek perilaku (behavioral) yang terdiri dari perilaku obsesif-kompulsif dan yang ke (4). Hubungan sosial yang terdiri dari menghindari situasi dan perilaku sosial.

Berdasarkan hasil uji validitas diketahui bahwa indeks validitas skala self-esteem berkisar antara 0,402 - 0,699 dan skala body dysmorphic disorder berkisar antara 0,309 - 0,766. Hasil reliabilitas pada skala self-esteem dengan menggunakan teknik cronbach alpha menunjukkan koefisien cronbach alpha (r alpha) sebesar 0,803 dan nilai reliabilitas pada skala body dysmorphic disorder sebesar 0,816.

Analisa data menggunakan software perhitungan SPSS (Statistical Program for Social Science) for windows dengan teknik analisa data korelasi product moment pearson yaitu korelasi pearson atau sering disebut korelasi product moment. Korelasi Product Moment merupakan alat uji statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis asosiatif (uji hubungan) dua variabel bila datanya berskala interval atau rasio (Winarsunu, 2006).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisa penelitian yang telah dilakukan, didapatkan gambaran subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Kategori	Jumlah	Presentase
Usia		
18 Tahun	5	2%
19 Tahun	12	4%
20 Tahun	29	8%
21 Tahun	134	38%
22 Tahun	140	40%
23 Tahun	17	5%
24 Tahun	8	2%
25 Tahun	5	1%

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa subjek penelitian berjumlah 350 mahasiswi yang didominasi oleh mahasiswi dengan usia 22 tahun dengan nilai prosentase sebesar 40%.

Tabel 2. Kategori Self-Esteem dan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder

Variabel	Kategori			
	Tinggi	%	Rendah	%
Self-Esteem	185	53%	165	47%
Body Dysmorphic Disorder	191	55%	159	45%

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 350 mahasiswi terdapat 185 (53%) mahasiswi memiliki *self-esteem* tinggi, dan 165 (47%) mahasiswi memiliki *self-esteem* rendah. Sedangkan terdapat 191 (55%) mahasiswi dengan tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* tinggi dan 159 (45%) masuk dalam kategori kecenderungan *body dysmorphic disorder* rendah.

Berdasarkan uji asumsi normalitas dan linieritas, diketahui bahwa kedua instrumen penelitian memiliki distribusi data yang normal dengan rentangan nilai *skewness* dan *kurtosis* berada di antara taraf signifikansi 5% yaitu ± 1,96. Rentangan nilai *skewness* dan *kurtosis self-esteem* sebesar -1,89-1,78, sedangkan rentangan nilai *skewness* dan *kurtosis body dysmorphic disorder* sebesar -1,88-1,94.

Tabel 3. Uji Hipotesa Penelitian

Sig (2-tailed)	***Pearson Correlation***	R^2
0,000	-0,438	0,192

Hasil uji korelasi antara variabel *self-esteem* (X) terhadap *body dismorphic disorder* (Y) dengan menggunakan analisa *product moment* menunjukkan angka probabilitas (*sig 2-tailed)* 0,00 < 0,05 yang membuktikan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan, dengan angka korelasi (*pearson correlation*) -0,438 yang menunjukkan arah korelasi kedua variabel negatif dengan besar korelasi 0,438. Dengan demikian disimpulkan bahwa variabel *self-esteem* (X) dan kecenderungan *body dismorphic disorder* (Y) memiliki hubungan negatif dan signifikan. Hal ini menunjukan bahwa semakin tinggi *self-esteem* maka akan semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan sebaliknya semakin rendah *self-esteem* maka akan semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder.* Sumbangan variabel *self-esteem* (X) terhadap kecenderungan *body dismorphic disorder* (Y) yaitu 19,2% sedangkan 80,8% disumbangkan oleh faktor lain.

Hasil analisa data dalam penelitian ini menunjukan bahwa koefisien korelasi menunjukkan angka probabilitas (*sig 2-tailed)* 0,00 < 0,05 yang membuktikan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan, dengan angka korelasi (*pearson correlation*) -0,438 yang menunjukkan arah korelasi kedua variabel negatif dengan besar korelasi 0,438. Hal ini menunjukan bahwa semakin tinggi individu tersebut menilai dirinya sendiri maka akan semakin rendah kemungkinan dirinya untuk terlalu mengkhawatirkan penampilan fisik yang dimilikinya dan sebaliknya semakin rendah individu menilai dirinya sendiri maka akan semakin tinggi kemungkinan dirinya untuk terlalu mengkhawatirkan penampilan fisik yang dimilikinya.

Hasil uji korelasi ini sesuai dengan sebuah teori yang menjelaskan bahwa salah satu faktor psikologis yang dianggap memiliki peran penting terhadap berkembangnya *body dysmorphic disorder* individu adalah *self-esteem* (Philips et al., 2004). Individu dengan *self-esteem* yang tinggi akan cenderung memiliki persepsi yang baik tentang dirinya terutama bentuk fisiknya. Individu akan memiliki kepuasan terhadap penampilan fisik, potensi diri serta percaya dengan diri dan kemampuannya. Hal ini dikarenakan individu *self-esteem* yang tinggi mampu membuat individu mengatasi tantangan hidup, dan kekurangan yang ada pada dirinya serta merubah kekurangan tersebut menjadi hal yang lebih positif. Sehingga individu dengan *self-esteem* yang tinggi akan mudah melindungi dirinya dan terhindar dari kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Penjelasan di atas diperkuat dengan teori yang menjelaskan bahwa *self-esteem* menunjukan suatu keputusan yang diambil oleh seseorang apakah dirinya ia menilai dirinya secara negatif, positif atau netral yang ditempatkan dalam suatu wadah yaitu konsep diri, tanpa dibekali *self-esteem* yang sehat, individu akan mengalami kesulitan untuk mengatasi tantangan hidup maupun untuk merasakan berbagai kebahagiaan dalam hidupnya (Branden dalam Adilia, 2010). Individu yang memiliki *self-esteem* tinggi akan mampu untuk bersikap asertif, terbuka dan memiliki kepercayaan diri terhadap dirinya (Michener dan DeLamater dalam Sari dkk, 2006). Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang positif akan memiliki kecenderungan untuk mengembangkan evaluasi atau penilaian positif terhadap dirinya sendiri, akan tetapi sebaliknya jika seseorang memiliki *self-esteem* yang negatif maka akan memiliki kecenderungan untuk mengembangkan evaluasi atau penilaian negatif terhadap dirinya (Rosenbrug dalam Mruk, 2006).

Hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian terdahulu yakni penelitian mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri. Dimana kedua variabel memiliki hubungan negatif yang menggambarkan bahwa semakin tinggi *self-*

esteem maka semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan juga sebaliknya semakin rendah *self-esteem* maka akan semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder* (Rahmania & Yuniar, 2012). Hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada subjek penelitian yang digunakan. Pada penelitian sebelumnya subjek yang digunakan adalah seorang ramaja putri dan di dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa masa remaja adalah masa yang sangat rentan untuk mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder,* untuk itu dalam penelitian ini peneliti menggunakan subjek seorang mahasiswi dimana mahasiswi merupakan wanita yang berada pada masa beranjak dewasa *(emerging adulthood)* yang terjadi dari usia 18 - 25 tahun (Arnet dalam Santrock, 2012).

Subjek yang digunakan oleh peneliti adalah 350 mahasiswi Universitas Muhammadiyah Malang, dari 350 mahasiswi tersebut terdapat 185 (53%) mahasiswi memiliki *self-esteem* tinggi, dan 165 (47%) mahasiswi memiliki *self-esteem* rendah. Serta terdapat 191 (55%) mahasiswi dengan tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* tinggi dan 159 (45%) masuk dalam kategori kecenderungan *body dysmorphic disorder* rendah. Subjek penelitian didominasi oleh mahasiswi dengan usia 22 tahun dengan nilai prosentase sebesar 40%. Kedua instrumen penelitian memiliki distribusi data yang normal dengan rentangan nilai *skewness* dan *kurtosis* berada di antara taraf signifikansi 5% yaitu ± 1,96. Rentangan nilai *skewness* dan *kurtosis self esteem* sebesar -1,89-1,78, sedangkan rentangan nilai *skewness* dan *kurtosis body dysmorphic disorder* sebesar -1,88-1,94.

Sumbangan variabel *self esteem* (X) terhadap *body dismorphic disorder* (Y) yaitu 19,2% sedangkan 80,8% disumbangkan oleh faktor lain. Hal tersebut dapat diartikan bahwa variabel *self esteem* (X) memiliki pengaruh terhadap variabel *body dismorphic disorder* (Y) sebesar 19,2% sedangkan 80,8% yang lainnya dari variabel *body dismorphic disorder* (Y) dipengaruhi oleh faktor lain, seperti faktor biologis, seperti perubahan kelainan *neuroanatomi* (susunan saraf)*,* ketidak sesuaian proses *visual* dan *predisposisi* (kecenderungan khusus) genetik berkontribusi terhadap *body dysmorphic disorder* dan faktor sosial, seperti peran *gender, culture,* dan media masa (Nurlita & Lisiswanti, 2016).

Terdapat beberapa kelebihan didalam penelitian ini diantaranya adalah belum ada penelitian dengan menggunakan subjek seorang mahasiswi dalam pembahasan yang sama dengan apa yang dibahas oleh peneliti, kelebihan kedua adalah waktu pengumpulan data yang relatif mudah, praktis dan cepat karena peneliti menyebarkan kuesioner dalam bentuk *google forms* dan disebarkan melalui media sosial, serta hasil yang telah masuk didalam *google forms* dapat langsung muncul nilai dari jawaban yang ada, sehingga tidak perlu dilakukannya proses *scoring* secara manual.

Selain kelebihan, ada juga beberapa kekurangan dalam penelitian ini. Kekurangan pertama adalah penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional study* yang hanya memprediksi variabel X terhadap variabel Y, sehingga tidak bisa kausalitas atau melihat sebab akibat. Kekurangan yang kedua adalah subjek merupakan mahasiswi sehingga penelitian ini tidak dapat digunakan sebagai acuan untuk subjek secara umum maupun subjek yang telah didiagnosis menderita *body dysmorphic disorder.* Kekurangan yang ketiga adalah karena penggunaan *google forms* dalam pengumpulan data, hal ini mengakibatkan subjek yang dapat menjawab kuesioner merupakan mahasiswi dalam golongan ekonomi menengah keatas yang memiliki sebuah *smartphone* dan tidak dapat dijangkau oleh kalangan mahasiswi yang termasuk dalam golongan ekonomi kebawah yang tidak memiliki sebuah *smartphone.*

KESIMPULAN

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima yang artinya terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori dan juga penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang menyatakan bahwa kedua variabel memiliki hubungan negatif yang menggambarkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* maka semakin rendah kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan juga sebaliknya semakin rendah *self-esteem* maka akan semakin tinggi kecenderungan *body dysmorphic disorder.*

Implikasi dari penelitian ini diantaranya adalah diharapkan dapat memberikan wawasan terhadap mahasiswi mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder.* Tujuannya adalah agar dapat memberikan kesadaran pada mahasiswi untuk

lebih menerima kondisi fisik dan dapat meningkatkan *self-esteem* yang dimilikinya sehingga mengurangi kemungkinan dirinya untuk mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder.*

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan penelitian ini sebagai rujukan atau referensi untuk mengembangkan penelitian mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan dapat memberikan batasan yang jelas mengenai kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan *body dysmorphic disorder* itu sendiri, dimana hal tersebut merupakan hal yang tidak dapat diungkap oleh peneliti dalam penelitian ini, dan diharapkan untuk lebih memperluas subjek penelitian yang digunakan, yang dapat diartikan bahwa penelitian tidak hanya terbatas pada suatu kriteria subjek tertentu.

DAFTAR PUSTAKA

Adilia, M. . (2010). *Hubungan Self-Esteem Dengan Optimisme Meraih Kesuksesan Karir Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*.

Altabe, M., Thompson, J.K (1993). Body image changes during early adulthood. *International Journal of Eating Disorder, 13,* 323-328.

American Psychology Association. (2000). *DSM V-TR (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders IV Text Revision)*. Washington, DC: American Psychiantric Association Press.

Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Bahadir, B., Erdim, I., Ozhay, I., Oghan, F., Oncu, F., Erdogdu, Z., & Kayhan, F. T. (2015). Evaluation of Relationship Between Body Dysmorphic Disorder and Self-Esteem in Rhinoplasty Candidates. *The Journal of Craniofacial Surgery*, *26*, 2339–2341.

Breakey, W. . (1996). *Integrated mental health services: Modern community psychiatry*. New York: Oxford University Press.

Davison, G. C., Neale, M. J., & Kring, M. A. (2010). *Psikologi abnormal (9th ed.)*. Jakarta: Rajawali Pers.

Ghufron, M. ., & Risnawati, S. . (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruz Media Group.

Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem (3rd ed)*. New York: Springer Publishing Company.

Myers, D. G. (2012). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.

Nevid, J. S. (2005). *Psikologi Abnormal edisi kelima. Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.

Nourmalita, M. (2016). Pengaruh Citra Tubuh terhadap Gejala Body Dismorphic Disorder yang Dimediasi Harga Diri pada Remaja Putri, 19–20.

Nurlita, D., & Lisiswanti, R. (2016). *Body Dysmorphic Disorder*.

Oktaviana, Rina. (2013). Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan Kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* Pada Siswa YPAC Palembang. *Jurnal Ilmiah PSYCHE Vol 7 No 2.*

Philips, K. A., Pinto, A., & Jain, S. (2004). *Self-Esteem in body dysmorphic disorder. Body Image I*. New York: Oxford University Press.

Rahmania, P. N., & Yuniar, I. (2012). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, *1*.

Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*. Jakarta: Erlangga.

Sari, R. P. (2006). Pengungkapan diri mahasiswa tahun pertama universitas diponegoro ditinjau dari jenis kelamin dan harga diri. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, *3*, 11–25.

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sunartio, L., Sukamto, M. E., & Dianovinina, K. (2012). *Social comparison dan Body dissatisfaction pada wanita*. Surabaya.

Winarsunu, T. (2006). *Statistik Psikologi dan Pendidikan*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.